

De culturele apotheek:  
leesadvies, kunst  
en cultuur op recept.

# Vrije tijd

## Literatuur als remedie tegen alledaagse kwaaltjes

Hoe geraak je in vier weken van je social media-moeheid af? Of ben je nog altijd op zoek naar de beste remedie tegen je slapeloosheid of andere alledaagse kwaaltjes?

Akke Visser en Marije Wilmink, culturele apothekers uit Nederland, verstrekken je geen lijstje met pilletjes, maar een heilzaam boekenrecept van twee of drie titels, inclusief de juiste dosering, het beste tijdstip van inname en de eventuele bijwerkingen.

Een roman kan inspireren, troost bieden of een nieuwe blik op de wereld werpen. Dat is het uitgangspunt van 'bibliotherapie'. Een boek kan de houding en het gedrag van een persoon beïnvloeden en op deze manier bijdragen aan een gezonde persoonlijke ontwikkeling. Initiatiefneemster Akke Visser: "Literatuur kan je echt verder helpen in het leven. Geïnspireerd door dit idee, heb ik samen met Marije een pilootproject 'Boeken op recept' opgestart. We lezen graag en veel en waren sowieso al een boekenvraagbaak voor vrienden en kennissen."

Het initiatief bleek meteen een groot succes. Sindsdien trekken de

dames hun witte apothekersjassen aan en nemen ze bezoekers mee naar hun (mobiele) apothekerssprekkamer om de 'kwaal' ter verlichten op een ludieke manier.

Akke Visser: "We geven individueel leesadvies in een medische setting op o.a. congressen, festivals enz...maar we bieden onze apothekersdiensten ook via telefoon, e-mail of skype. Tijdens een interview vragen we de 'patiënt' naar zijn leesgeschiedenis en persoonlijke interesses op dat moment."

"Hebben jullie dan alles gelezen?" Akke en Marije worden regelmatig geconfronteerd met deze vraag. Akke: "Het antwoord is natuurlijk 'nee'. We beschikken wel over een database en hebben de feeling om na een goed gesprek, zaken naar boven te halen die specifiek zijn voor de leeslust van de 'patiënt'." In hun advies kiezen Akke en Marije niet voor de bestsellers die iedereen zelf wel weet te vinden. "Boeken die in de vergetelheid zijn geraakt of boeken van onbekende auteurs zien wij als nieuwe voeding voor de geest." (CB)

Meer info op [www.cultureleapotheek.nl](http://www.cultureleapotheek.nl)

### LEESTIP voor apothekers



De vrouw met de sleutel  
van Vonne van der Meer (2011)

Dit boek vertelt het verhaal van een vrouw die van voorlezen voor het slapen gaan haar beroep maakt. Zo ontmoet zij mensen met verschillende behoeftes. Haar zoektocht naar een passend verhaal voor haar patiënten is voor u als apotheker vast herkenbaar. De vrouw met de sleutel is zowel roman als verhalenbundel en daarom uitermate geschikt om in kleine hoeveelheden tot u te nemen.

#### Tijdstip van inname

U kunt dit literaire medicijn op ieder gewenst moment van de dag gebruiken. Om u voor te bereiden op het beluisteren van de dagelijkse portie patiëntenkwaaltjes, raden wij u aan om in de ochtend een paar bladzijden te lezen.

#### Mogelijke bijwerkingen

Dit geneesmiddel kan er toe leiden dat u naast medicatie afleveren ook verhalen wilt voorschrijven of vertellen aan uw patiënten.